

## Umgang mit Egozentrikern von Dr. Wolfgang Hinz



**Egozentriker prägen und gestalten unsere Welt maßgeblich – sowohl im gesellschaftlichen wie auch im beruflichen Umfeld. Egozentriker sind ganz normale Menschen. Sie sind leicht zu verführen und leicht zu manipulieren. Wer ihr Verhalten und ihre Interessen kennt, kann bei ihnen die Knöpfe drücken. Sie reagieren tadellos. Das Wissen hierüber ist sehr hilfreich, um Konflikte konstruktiv zu lösen und so zu einem friedlicheren und verständnisvolleren Miteinander beizutragen.**

Wir definieren Egozentriker als Menschen, die sich selbst im Mittelpunkt sehen und andere Menschen an sich selbst und ihrer eigenen Perspektive messen. Egozentriker sind sich ihrer Egozentrik nicht bewusst. Würde man sie darauf ansprechen, würden sie das auch vehement abstreiten. „Ich doch nicht“, würden sie sagen. „Die anderen ja: da gibt es sehr viele Egozentriker“.

Der 40jährige Hans Helfer ist stolz auf seine Hilfsbereitschaft. Wenn man ihn bittet, dann hilft er eben. Oft bietet er auch seine Hilfe aktiv an, wenn er sieht, dass er gebraucht wird. Er kann sich gut in andere Menschen hineinversetzen und empfindet Mitleid, wenn seine Mitmenschen leiden. Er weiß, dass sein Verhalten in hohem Maße gesellschaftliche Anerkennung genießt. „Wie schön könnte die Welt sein, wenn sich alle Menschen so vorbildlich verhielten wie ich“, denkt Hans. Er hat in seinem Leben noch nie „nein“ gesagt. Er kann das einfach nicht. „Du musst mir jetzt helfen“ löst bei Hans immer das Helferprogramm aus. Deshalb wird er auch oft ausgenutzt. Es gibt aber auch im Leben von Hans Situationen, in denen nein sagen das bessere Verhalten wäre. Hans betreibt einen Tauschhandel: Meine Hilfe gegen deine Liebe und Anerkennung.

Vier Jahrhunderte nach Galileo hat sich das GEOzentrische Weltbild durch einen einfachen Buchstabentausch wieder fest in den Köpfen der Menschen manifestiert: Der EGOzentriker als Mittelpunkt des Universums. Jeder Sonnenaufgang und jeder Sonnenuntergang bestätigen ihn in seinem Weltbild: Die Sonne dreht sich um das EGO. Dennoch: Es ist nachweislich falsch.

Egozentrische Persönlichkeiten bilden die Mehrheit in unserer Gesellschaft. Es ist wichtig, sich darüber Gedanken zu machen, wie man am besten mit ihnen umgeht. Egozentriker sind nicht mental gesund, aber sie gelten als normal – also nicht als gestört.

Es gibt drei Alternativen für den Umgang mit Egozentrikern:

- 1) der Versuch, ihn zu ändern.
- 2) innerer Rückzug in eine Phantasiewelt.
- 3) lernen, möglichst gut mit den Egozentrikern zurechtzukommen.

Bei der ersten Alternative versuchen Persönlichkeiten, einen Egozentriker zu ändern. Die Idee, ihn so zu beeinflussen, dass er sein Verhalten ändert, ist verlockend, aber meist unrealistisch. Der Versuch scheitert in vielen Beziehungen. Viele Menschen geben sich der Illusion hin, sie könnten ihren Partner „zurechtbiegen“. Egozentriker ändern aber nur selten ihr Verhalten. Die Alternative scheitert in den meisten Fällen und hinterlässt Frustration. Aber warum versucht man nicht, sein eigenes Stückchen Welt zu verbessern? Den meisten Menschen erscheint das zu mühsam. Dagegen will jeder die Welt oder zumindest die Menschheit retten. Das scheint einfacher zu sein.

Die beliebte zweite Alternative besteht darin, in eine illusionäre Phantasiewelt zu flüchten. Liebesorientierte Helfer und harmoniesuchende Friedenstifter sind anfällig dafür. Die Persönlichkeit zieht sich dabei aus der egozentrisch geprägten Welt in ihr Inneres zurück. Sie igelt sich in ihrer Innenwelt ein und blendet die Egozentriker einfach aus. Allerdings nimmt die Persönlichkeit damit auch in Kauf, dass sie bei der Berührung mit der realen Welt immer frustriert sein wird.

Wer die dritte Alternative wählt, akzeptiert die Situation so wie sie ist. Er versucht zu lernen, möglichst gut mit Egozentrikern auszukommen. Dafür muss er die verschiedenen Typen von Egozentrikern kennen – z. B. den Perfektionisten, den Selbstdarsteller oder den Machtmenschen.

Jeder Mensch hat seine eigene, spezifische Interessenstruktur. Wenn wir lernen, seine Interessen zu erkennen und zu durchschauen, können wir besser mit ihm umgehen. Wir können den Versuch starten, seine und unsere Interessen abzugleichen und Übereinstimmungen zu finden. Mit etwas Übung ist das gar nicht so schwierig.



Es erfordert allerdings auch ein Umdenken bei uns. Wir müssen uns bemühen, auf den Egozentriker zuzugehen. Dieses Vorgehen lohnt sich ganz besonders in konfliktträchtigen Situationen, die sonst in endlosen Streitereien enden.

Diese dritte Alternative, sich mit den eigenen Interessen und jenen unserer egozentrischen Mitmenschen auseinanderzusetzen, erzielt die meisten Erfolge. In Konfliktsituationen findet man unter Einbeziehung der unterschiedlichen Interessen Lösungen. Man könnte auch sagen: Akzeptiere die Menschen so, wie sie sind, und mache das Beste aus deinen eigenen Lebenssituationen. Das ist nicht neu, aber wirkungsvoll. Wie das geht, finden Sie in meinem Buch „Egozentriker gekonnt abholen“.